FARUL — PAȘI PE LOC, ACELEAȘI RACILE

La sfîrșitul campionatului trecut, cu ocazia unui sondaj printre susținătorii echipei Farul, am avut posibilitatea să aflăm că locul 9 în clasament, pe care au terminat jucătorii antrenați în acea perioadă de **R. Cosmoc** și **Florescu**, nemulțumea. Speranțele se îndreptau atunci spre campionatul viitor în care aceiași suporteri erau convinși că cei patru atacanți de valoare (**Sasu, Tufan, Badea, Kallo**) vor forma un nucleu ofensiv puternic. A venit vacanța de vară, cu dese frămîntări, atît în cadrul secției, cît și în sînul echipei. A fost într-adevăr o perioadă de alertă peste care credeam cu toții că se va trece. O rază de optimism a țîșnit din tradiționalele meciuri internaționale, opt la număr, în care echipa a jucat convingător.

Ce a urmat ?

Primele trei etape, echipa Farul a călcat cu stîngul, n-a dat randamentul scontat ; ba mai mult, cele două înfringeri la scor (0—3 cu Steagul roșu și 0—4 cu „U" Craiova) au însemnat preludiul unui sezon de toamnă zbuciumat.

Finalul vă este cunoscut : **locul 11 în clasament, loc care reflectă o vădită scădere a potențialului de joc, numărul meciurilor pierdute (7) fiind egal cu cel al victoriilor. Un singur meci egal și un golaveraj negativ : 23 de goluri primite, față de 20 înscrise.**

Să căutăm să analizăm cauzele care au dus la această scădere în comportarea echipei.

	JUCĂTORI	MECIURI JUCATE	TOTAL MINUTE	NOTA MEDIE
1	ȘTEFĂNESCU	15	1305	6 80
2	STANCU	1	45	6 00
3	ANTONESCU	15	1350	6 60
4	STOICA	15	1350	6 33
5	MAREȘ	15	1350	6 80
6	TÎLVESCU	1	22	6 00
7	PLEȘEA	14	1087	6 30
8	BOTEA	4	320	6 00
9	KOSZKA	13	1068	7 38
10	TĂNASE	15	1028	6 66
11	D.POPESCU	6	455	6 00
12	S.AVRAM	10	767	6 00
13	OLOGU	13	754	6 08
14	TUFAN	12	1057	5 75
15	BADEA	11	733	6 60
16	SASU	14	1183	7 14
17	KALLO	12	977	6 91

I. Instabilitatea conducerii tehnice... călcîiul lui Achile !

Desele schimbări ale conducerii tehnice a echipei, (nici o formație de Divizia A nu a vehiculat la cîrma loturilor atîția antrenori în ultima vreme), după plecarea lui Vintilă Mărdărescu, au influențat negativ evoluția în campionat a echipei, evoluție reflectată de jocurile modeste din deplasare și de cele mediocre disputate pe teren propriu. Perechile de antrenori, mai întîi **Cosmoc — Comăniță**, apoi **Cosmoc — Florescu, Florescu — Cosmoc**, nu au avut la dispoziție o perioadă mai îndelungată pe parcursul căreia să realizeze un proces de instruire corespunzător.

Așa stînd lucrurile, fiecare antrenor avînd o metodă personală de antrenament, echipa a fost lipsită de continuitate în pregătire pe parcursul întregului retur al campionatului trecut și în perioada precompetițională, cînd de fapt se pun bazele acumulării unui bagaj corespunzător de cunoștințe necesar abordării cu randament maxim a noului campionat.

Cu puțin înainte de începerea turului ediției 1969/70 a campionatului s-a recurs la o nouă schimbare a cuplului de antrenori, recurgîndu-se de astă-dată la **Baziț Marian** secondat de **Lucrețiu Florescu**. Deci o nouă optică în pregătire care i-a făcut pe jucători să... uite tot ce-i învățaseră ceilalți antrenori. Și asta în timp ce campionatul își desfășura etapele. Este, fără îndoială, una dintre cauzele obținerii unor slabe rezultate de către Farul. Dar nu și singura...

II. Sînt buni „bătrînii", dar...

Întărirea lotului echipei a preocupat an de an conducerea clubului. Numai că, cu mici excepții, de fiecare dată s-a apelat la jucători consacrați, în marea lor majoritate plafonați. Exemplele sînt numeroase de-a lungul anilor și ne-am repeta dacă le-am aminti. Procedeul n-a dat rezultate niciodată. Cu toate acestea, în perioada de transferări, pe lîngă faptul că Farul avea lotul format din mulți jucători depășiți ca vîrstă (**Tîlvescu, Koszka, Badea, Sasu**) iată că s-a recurs din nou la vechiul procedeu. Doi jucători, **Sorin Avram** și **Dumitru Popescu**, de care Steaua s-a dispensat, au găsit refugiul pe malul mării. Se miza pe schimbarea atitudinii lor în pregătire în sensul unei noi optici față de cerințele Diviziei A. Dar noile achiziții în care se investeau atîtea speranțe n-au corespuns. Acești doi jucători, aureolați de titlul de internaționali, însă nepregătiți, n-au dat nici 50% din randamentul scontat și în a doua jumătate a turului au fost scoși din echipă. Desigur că este și vina celor doi jucători care nu s-au străduit să se pregătească susținut pentru o evoluție cît mai convingătoare. Considerăm însă că și conducerea tehnică a renunțat cu prea multă ușurință la serviciile lor în ultimele etape, în loc să insiste asupra pregătirii lor, pentru a-i aduce în formă.

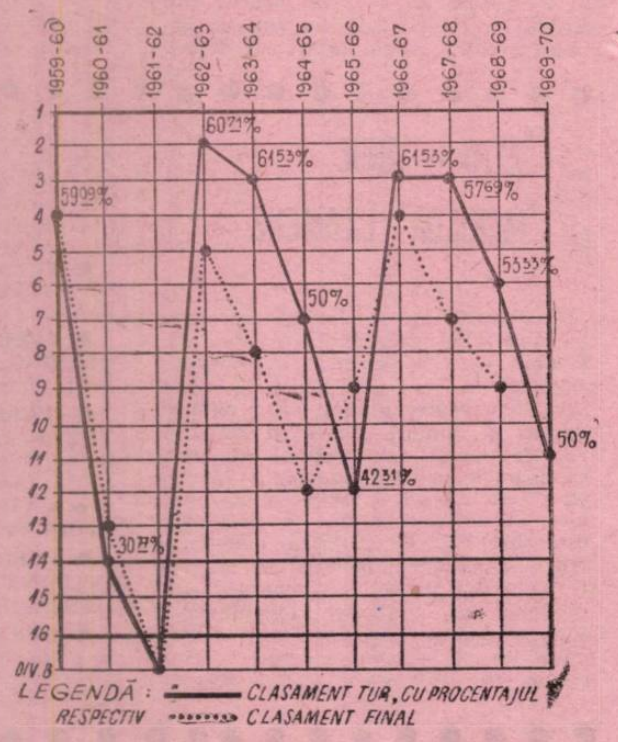
La Farul însă, nici jucătorii cu mai vechi state de serviciu (**Mareș, Pleșa, Tufan, Kallo**) n-au mai dat randamentul obișnuit fiind prea siguri de posturile lor pe care se considerau „senatori de drept". Lipsa de înlocuitori imediați, cu valoare apropiată, i-a făcut să nu se pregătească cu seriozitate și astfel echipa a cedat treptat pasul terminînd turul pe locul 11, poziție deloc îmbucurătoare Dacă facem o retrospectivă a evoluției în ultimele 10 campionate (cum se poate vedea și din grafic), observăm că după terminarea turului, numai de două ori echipa constănțeană a ocupat locuri inferioare celui actual și anume, în ediția 1969/61 (locul 14, cînd a și retrogradat) și în 1965/66 (locul 12).

Sînt buni bătrînii spune o veche vorbă românească, care se potrivește într-o oarecare măsură și fotbalului. Dar o echipă fără jucători tineri, viguroși, dornici de afirmare și cu atașament față de culorile clubului nu poate obține rezultate convingătoare. Oare **Etem, Biliboacă** sau **Constantinescu**, tineri talentați n-ar fi putut contribui prin jocul lor la o evoluție mai bună a echipei constănțene ? Credem că da ! Și alte asemenea talente au existat **(în anii 1962 și 1963 echipa de juniori a Farului a cîștigat titlul de campioană națională, dar nici măcar unuia dintre juniori nu i s-au deschis porțile primei echipe !)**, și încă există pe meleaguri dobrogene. Oare nu trebuie schimbată această optică care dăinuie de atîta vreme la clubul Farul ?

III. Și alte cauze

Considerăm că (s-a arătat în analiza care a avut loc marți 16 decembrie), comportarea echipei s-ar fi putut îmbunătăți pe parcursul celor 15 etape dacă, în special, cele două întreruperi ale campionatului — datorate jocurilor echipei naționale — ar fi fost mai rațional folosite în sensul eliminării unor deficiențe observate pe parcurs. Or, tocmai în acele perioade, volumul și intensitatea antrenamentelor au fost scăzute, ceea ce a dus la slăbirea potențialului echipei. În acest timp, secția, în loc să ia măsuri energice de îndreptare, s-a complăcut în situația de a aproba măsurile blînde ale antrenorilor față de jucători. Totodată au apărut disensiuni în rîndul membrilor secției care au generat și ele o atmosferă nesănătoasă, reflectată și în sînul echipei.

Fără îndoială că modesta comportare se datorește și altor cauze, mai mult sau mai puțin obiective. Trebuie subliniat și faptul că o serie de jucători de bază, printre care **Koszka, Ștefănescu, Kallo, Sasu** etc. s-au accidentat periodic, astfel că randamentul lor a fost, în unele partide, sub cel obișnuit.



În ansamblu și pe compartimente

Ideea tactică a echipei Farul a fost aleasă, ținîndu-se seama de calitățile jucătorilor. Astfel s-a adoptat varianta de așezare în teren 4—2—4, pentru meciurile de acasă, și cea cu libero în deplasare.

Jocul colectiv-constructiv-elastic-dinamic nu s-a putut realiza în permanență pe parcursul celor 15 etape. Apărarea imediată nu a reușit să aplice cu brio marcajul și deposedarea (**Pleșa, Stoica, Mareș, Botea**), s-a mișcat în general anevoios, deoarece majoritatea fundașilor sînt lipsiți de mobilitate. Aceasta s-a răsfrînt desigur în modul defectuos în care se aplica trecerea din atac în apărare și invers — atribut esențial al fotbalului modern. Implicit, caracterul dinamic al jocului a rămas și el un simplu deziderat. Presingul a fost neglijat total, iar construirea lucidă și rapidă a acțiunilor de atac s-a făcut deficitar.

Linia mediană, lipsită și ea de mobilitate, a condus exagerat fiecare minge, preferînd deseori pasa laterală. Acest compartiment nu a reușit să asigure legătura dintre atac și apărare.

La rîndul lor, atacanții nu au găsit soluțiile cele mai corespunzătoare pentru derutarea apărătorilor adverși, **Kallo, Sasu** sau **Tufan**, preferind acțiunile individuale. Nici demarcarea instantanee pe locurile libere n-a făcut casă bună cu compartimentul liniei de înaintare. Ca să nu mai vorbim de problema finalizării care a suferit o scădere vădită.

Cosmoc din nou la cîrmă

Cu ocazia analizei turului campionatului în cadrul clubului Farul, biroul secției de fotbal i-a satisfăcut cererea antrenorului **Bazil Marian**, de a fi eliberat din funcția de antrenor principal, fiind înlocuit cu **Robert Cosmoc**, care s-a mai aflat în această postură și în campionatul trecut.

Va readuce Cosmoc echipa Farul pe linia de plutire ? Fiind caracterizat ca un antrenor priceput, dispunînd de bogate cunoștințe instructiv-pedagogice, cunoscînd atît caracterul cît și posibilitățile fiecărui jucător, să sperăm că el va reuși, cu sprijinul biroului secției de fotbal și al conducerii clubului să realizeze deziderate neîmplinite de multă vreme ale acelora care iubesc echipa Farul.

Gh. NERTEA

ȘTIAȚI CĂ...

...cei mai vechi jucători ai echipei sînt : **Ologu (1960), Pleșa (1961), Tufan 1963 și Tîlvescu (1963)** ?

...majoritatea jucătorilor sînt internaționali : **Koszka (23 A + B, T și Jr.), Badea (8 A + B, T și Jr.), D. Popescu (9 A + B, T și Jr.), Sasu (9 A + B și T), S. Avram (15 A + T și J), Kallo (6 A + B), Tufan (2 A + B), Pleșa (T), Tîlvescu (B + T), Mareș (T și J), Etem (J) și Biliboacă (J)** ?

...9 jucători din lotul Farului sînt dobrogeni : **Tufan, Tănase, Botea, Pleșa, Stoica, Antonescu, Etem, Biliboacă și Ologu** ?

...trei dintre jucătorii echipei nu au împlinit 20 de ani : **Stancu (21.XII.1952), Etem (24.IV.1950) și Biliboacă (11.I.1950)** ?

...în lot sînt patru jucători care au peste 30 de ani : **Sasu (5.X.1939), Koszka (17.IX.1939), Badea (8.III.1938) și Tîlvescu (12.VII.1936)** ?

...media de vîrstă a lotului este de 27 ani și 6 luni ?

...Farul a realizat o victorie în deplasare, la Crișul, și un meci egal (0—0 cu A.S.A. Tg. Mureș) ? În schimb a pierdut 4 puncte pe teren propriu (1—2 cu Dinamo Buc. și 0—2 cu Steaua) ?

...echipa de tineret-rezerve ocupă locul 6 în clasament ?

SFATURI MEDICALE PENTRU VACANȚA DE IARNĂ

Dr. DUMITRU TOMESCU
președintele
Comisiei centrale medicale
a F. R. Fotbal

Datorită specificului climei țării noastre, campionatul s-a întrerupt pînă la începutul lunii martie, în care interval, trebuie întreprinse o serie de acțiuni absolut necesare începerii returului, în cele mai bune condițiuni. Dintre acestea repausul (vacanța), tratamentul balnear și readaptarea la efort sînt cele mai importante.

Vacanța jucătorilor trebuie să realizeze o recuperare a organismului pe componentele : **de sistem nervos** — epuizat după multiplele emoții cauzate de jocurile cu miză din campionat și internaționale — **de organe vitale** — aparat cardio-vascular, plămîn, ficat și rinichi — ce sînt influențate direct în efort, și de **aparatul locomotor**, îndeajuns de solicitat în jocul de fotbal. Primele două se pot recupera prin odihnă activă, cel de-al treilea prin tratament balnear.

Odihna activă este în medie de 15—25 zile și se recomandă a se desfășura într-un climat liniștit. Aceasta se obține prin schimbarea activității specifice cu alte mijloace al căror efort suferă modificări la componentele volum și intensitate. Astfel, se vor folosi sporturi complimentare, ca volei, baschet, tenis, înot, excursii. toate însă sub formă de recreație, necompetitive.

Socotim important ca în prima perioadă a vacanței — după obținerea bilanțului afecțiunilor organice, întocmit de controlul medical efectuat la centrele de medicină sportivă și policlinici — să se treacă la RECUPERAREA BALNEOLOGICĂ. Se insistă, să se aplice inițial tratamentul balnear pentru afecțiunile traumatologice, deoarece, după efectuarea curei balneare este necesară o perioadă de 10—12 zile de repaus, tratamentul balnear declanșînd componentele aparatului locomotor (sinovie, ligamente, tendoane, cartilagiu), o reacție inflamatorie specifică, care se remite în minimum 12 zile. Și în această perioadă se va folosi odihna activă, intercalîndu-se zilnic exerciții sportive distractive.

Aceste etape fiind trecute, se ajunge la perioada de **readaptare la efort**, la care se cere o **„intrare"** în efort gradat, cu efort judicios dozat, și cu organismul sportivului într-o perfectă sănătate. Pentru aceasta, se va aplica, mai mult ca la orice perioadă de antrenament, mijloacele preventive, pentru a preîntîmpina stările de gripă, faringo-amigdalite, tendințe de efort (în special cînd se fac antrenamente pe zăpadă mare, în care piciorul se afundă în omăt).

Adaptarea arborelui respirator, la aerul rece, trebuie făcută gradat, prin folosirea exercițiilor de gimnastică respiratorie de 2—5 minute, la începutul fiecărei acțiuni în aer liber.

De mare importanță în toate aceste etape este respectarea orelor de odihnă (somn) în jurul a 7—8 ore pe noapte, evitîndu-se abuzurile de orice natură ar fi ele.

Colaborarea între antrenor și medic, își aduce eficiența în toată această activitate ; ei vor hotărî constantele medico-fiziologice, cu care sportivul va trebui să se prezinte la colectiv după vacanță și anume :

— greutatea să nu fie mai mare de 1½ kg față de cea din campionat ;

— tensiunea arterială nu va fi mai mare de 10 diviziuni ;

— pulsul, nu va depăși normalul cu mai mult de 15 bătăi pe minut.

În acest fel, prezentarea sportivului la viitoarea pregătire de readaptare la efort este mai aproape de normal și de cerințele efortului ce trebuie să-l facă pentru a acumula o condiție fizică bună și implicit să ajungă mai repede la forma sportivă.

Dar, repetăm, pentru ducerea la îndeplinire a acestor acțiuni este nevoie de o colaborare strînsă între conducerea secției, antrenor, medic și jucători.